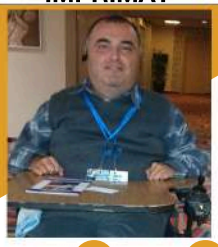
Asociatia "HandHope"
Str. Baltaretu nr. 565
147240 - Peretu
jud. Teleorman
IMPRIMAT



ÎMPREUNĂ

revistă specială de informare și inspirație
pentru oameni speciali
Septembrie-Octombrie 2021
Se distribuie gratuit
Nr. 223 - 224

Gândește-te la ceea ce ai,
nu la ceea ce ai pierdut"

„Fiul Omului a
venit să caute și
să mântuiască ce
era pierdut"
(Luca 19: 10)

Editorial

Consiliul Național pentru Combaterea Discriminării solicită Ministerului Educației să asigure locuri speciale pentru persoanele cu dizabilități în universități

Lavinia Elena Niculicea

Consiliul Național pentru Combaterea Discriminării (CNCD) a luat o hotărâre (nr. 561 din 21.07.2021), în premieră, în care solicită Ministerului Educației să creeze locuri la universitățile de stat pentru studenții cu cerințe speciale, potrivit edupedu.ro.

continuare în pag. 2

DIN CUPRINS:

Alex Benchea - pag. 3
Dar dacă ele persistă? - pag. 4
Am învățat... - pag. 6
E bine să știm - pag. 7
Un mod de viață: As. „Ridică-te și umblă" - pag. 9
Litere de lege - pag.15
Mai ești tu acolo? - pag.16
Indiferent ce spun alții - pag.19

Gândeşte-te la ceea ce ai, nu la ceea ce ai pierdut!

continuare din pag. 1

Hotărârea vine în urma unei reclamaţii de discriminare făcută de o familie faţă de o decizie a Facultăţii de Matematică şi Informatică de la Universitatea din Bucureşti. Deşi cazul de la universitate nu s-a concluzionat ca fiind o separare a doi fraţi pe motiv discriminatoriu faţă de unul din ei care prezintă handicap, CNCD a anunţat că „nealocarea de locuri speciale în vederea accesului la învăţământul universitar / superior pentru persoanele cu cerinţe educaţionale speciale / dizabilităţi reprezintă discriminare".

Preşedintele CNCD, Csaba Asztalos, a explicat că decizia vine la un an după o altă hotărâre asemănătoare care solicita ministerului să asigure locuri speciale pentru copiii cu CES în licee, măsură implementată pentru prima dată anul şcolar trecut.

„Solicităm Ministerului Educaţiei să adopte toate măsurile pentru a asigura locuri speciale pentru candidaţi cu dizabilităţi în sistemul de învăţământ superior, adică în facultăţi, pe modelul locurilor speciale pe care le asigură pentru cetăţenii români de etnie romă sau pentru candidaţii care provin din localităţi mici. Considerăm că persoanele cu dizabilităţi constituie un grup socio-economic vulnerabil şi sunt marginalizaţi în societate, confruntându-se cu dezavantaje în accesul la educaţie la orice nivel, ca atare statul are obligaţia pozitivă de a adopta şi astfel de măsuri, adică de a asigura locuri speciale în învăţământul superior. Decizia vine la un an de la o altă hotărâre care a avut ca efect schimbări de sistem.

Anul trecut am adoptat o decizie prin care am solicitat Ministerului Educaţiei să asigure locuri speciale sub titulatura de măsuri afirmative pentru copiii cu CES sau dizabilităţi în licee. Această solicitare a fost implementată de Ministerul Educaţiei şi are un rezultat foarte bun încă din primul an, sper să se înţeleagă şi în cazul acestor hotărâri raţiunea şi necesitatea adoptării unor astfel de măsuri", a declarat pentru Edupedu.ro Csaba Ferenc Asztalos, preşedinte al Consiliului Naţional pentru Combaterea Discriminării (CNCD).

Facultatea de Matematică şi Informatică a Universităţii din Bucureşti a separat doi fraţi gemeni în urma obţinerii notelor la admitere, fiind repartizaţi în domenii diferite de studiu, în cadrul aceleiaşi facultăţi.

„Unul dintre ei este fost elev cu cerinţe educaţionale speciale, în prezent, persoană cu certificat de încadrare în grad handicap, cu valabilitate permanentă. Acesta nu a beneficiat de un loc special la admitere şi nu îi este aprobat transferul la specialitatea la care a fost admis fratele său", se precizează în hotărârea CNCD.

„Colegiul director solicită părţii reclamate, Ministerul Educaţiei, să asigure respectarea principiului egalităţii de şanse în educaţie, prin includerea persoanelor cu cerinţe educaţionale speciale/ dizabilităţi, în mod explicit şi concret, în categoria persoanelor faţă de care dispun măsurile afirmative. În acest sens, Colegiul director solicită Ministerului Educaţiei să creeze locuri speciale pentru această categorie de persoane dezavantajată şi marginalizată din punct de vedere social, la admiterea în învăţământul superior/ universitar", a concluzionat CNCD, în urma sesizării pe motive de discriminare.

-sfârşit-

SURSA: https://jurnal-social.ro/consiliul-national-pentru-combaterea-discriminarii-solicita-ministerului-educatiei-sa-asigure-locuri-speciale-pentru-persoanele-cu-dizabilitati-in-universitati/
Preluat cu permisiune

SPONSOR: A.S.I. ROMANIA
CONTACT: Str. Mureşului, nr. 1, loc. Nazna, jud. Mureş, cod 547526 tel. 0265-320548; www.asiromania.ro

Asociaţia "HandHope"
Burcea Aurel, str. Băltăreţu nr. 565, loc. Peretu, jud. Teleorman, cod 147240,
Tel. 0765-365533 e-mail: aurelsda@yahoo.com
C.I.F. 14877902
Cod IBAN: RO80RNCB0245036735870001 B.C.R. Alexandria
ISSN 2360 - 6061
ISSN-L 2360 - 6061

Tipărită la Tipografia „Gîgîlice", tel. 0247-313041 şi 0748-137997

Alex Benchea

Alpinistul nevăzător Alex Benchea a reușit să ajungă pe Vârful Elbrus, la altitudinea de 5.642 de metri

Lavinia Elena Niculicea

După ce a urcat pe Kilimanjaro și Mont Blanc, Alex Benchea, alpinistul nevăzător din Lotul Național de Paraclimbing, a reușit să ajungă, duminică, 8 august, pe Vârful Elbrus, la altitudinea de 5.642 de metri. Din nefericire, colegul lui, Răzvan Nedu, nu s-a simțit bine la cota 5.100 și a fost nevoit să se întoarcă la bază.

„Astăzi am ajuns pe Vârful Elbrus, 5.642m, însoțit de ghidul român Teofil Vlad, fotograful Cătălin Grigoriu și ghidul rus Vyacheslav Muhranyan. Sunt recunoscător pentru întreaga echipă care a dus împreună cu mine tot greul acestei ascensiuni. Mi-ar fi plăcut foarte mult să țin steagul sus, pe vârf, împreună cu prietenul și colegul meu, Răzvan Nedu, antrenorul Claudiu Miu și coordonatorul Iulian Lupoaia, doar că la altitudinea de 5.100m, Răzvan nu s-a simțit bine și au fost nevoiți să se întoarcă. Mulțumesc din nou întregii echipe Climb Again, prin care am demonstrat încă o dată că depășirea limitelor este posibilă„, a scris Alex Benchea, pe pagina sa de Facebook.

Cei doi alpiniști ne arată încă o dată că niciun vis nu e prea mare, nicio provocare nu este prea grea și imposibilul poate fi atins.

La sfârșitul anului 2019, Alex a pornit într-o expediție în premieră pentru România, care s-a încheiat cu o mare reușită: un sportiv cu deficiențe de vedere cucerea unul dintre cei mai înalți munți, Kilimanjaro (5.895 metri) – „plafonul Africii". În iulie 2020, tânărul a mai făcut încă un pas important spre împlinirea visului său și a urcat, alături de colegul său de club, căpitanul Răzvan Nedu, pe Vârful Mont Blanc, la altitudinea de 4.810 metri.

Aceste reușite au fost posibile datorită Asociației Climb Again din București, care a dezvoltat primul centru de terapie prin escaladă din Europa, în urmă cu 3 ani. Viziunea clubului sportiv Climb Again este să ofere o șansă la o viață normală copiilor și tinerilor cu nevoi speciale, cu ajutorul terapiei prin escaladă.

„Climb Again este despre ascensiune, despre a merge în sus atunci când provocările te trag în jos, despre a escalada, atunci când urcușul devine dificil, despre voință și putere, atunci când speranța pierde din intensitate. Climb Again este acel centru de escaladă unde acțiunile civice sunt susținute de oameni simpli ca oricare dintre noi. Plecăm de la premisa că putem face bine împreună, de aceea misiunea noastră este să oferim acces la o viață firească copiilor și tinerilor cu nevoi speciale. Ce înseamnă o viață firească? Înseamnă o viață în care au șansa să își atingă propriul potențial, la fel cum o au și persoanele valide. Astfel, ne propunem să creăm un cadru în care aceștia să își dezvolte abilitățile necesare unei vieți independente", se spune pe pagina clubului.

În urmă cu un an, Alex Benchea, denumit „Alpinistul cu ochii albi", afirma pentru Jurnal Social: *„Personal, nu am considerat niciodată faptul că sunt nevăzător ca fiind un impediment, ci dimpotrivă, mă bucur de privilegiul de a arăta lumii potențialul pe care persoanele cu dizabilități îl dețin, și, în același timp, de a face cunoscută această comunitate. Toate demersurile Climb Again, la care mă alătur pentru că mă reprezintă, au în prim plan motto-ul „Depășim imposibilul". Eu sunt un exemplu că orice obstacol poate fi depășit. Răzvan Nedu, colegul meu de Lot și căpitanul echipei, interacționează cu zeci de copii nevăzători în fiecare săptămână și îi încurajează să îmbrățișeze independența. Colegii mei de la club sunt fiecare dintre ei exemple clare că se poate ieși din casă cu ajutorul bastonului alb, se poate folosi tehnologia ca mijloc de orientare, comunicare, divertisment. Da, se poate ca sportul, în general, și escalada, alpinismul sau muntele, în special, să reprezinte ieșirea din zona de confort și permisul către viața reală".*

-sfârșit-

Sursa: https://jurnal-social.ro/alpinistul-nevazator-alex-benchea-a-reusit-sa-ajunga-pe-varful-elbrus-la-altitudinea-de-5-642-de-metri/
Preluat cu permisiune

„Biblia rămâne cea mai citită carte. Tu ai citit-o?”

„Și ne iartă nouă greșelile noastre.” Dar dacă ele persistă?

Carmen Lăiu

În experiența noastră creștină, tindem spre desăvârșire, dar admitem onest că suntem la un univers distanță de ea. Incapacitatea de a trăi la înălțimea standardelor lui Dumnezeu îi determină pe mulți să simtă că nu mai pot fi beneficiari ai iertării divine, cel puțin până se vor dovedi îndeajuns de puternici pentru a nu mai ceda în fața păcatelor cu care se luptă.

Înainte să se mute peste Ocean, Levi, băieţelul surorii mele (pe care l-am considerat întotdeauna și al meu), a rămas în casa noastră vreme de aproape un an. Levi era ca argintul viu: niciodată în locul în care îl știai câteva mi-nute (ori secunde) mai devreme și totdeauna pus pe câte-o năzbâtie nouă. Nu-mi amintesc deloc ce făcuse în ziua despre care vă povestesc, dar știu că ultima năzdrăvănie îmi crease o nevoie urgentă de o gură de aer proaspăt. Și cum într-o curte ca a noastră e greu să ieși doar ca să respiri aer curat, am zăbovit ceva mai mult, pentru că era câte ceva de făcut în orice direcție aș fi virat. Între timp, dinspre casă se prelingea spre mine o liniște suspectă și, foarte probabil, degrabă aducătoare de necazuri. Nu s-a deschis nicio ușă, nu s-a auzit niciun glas subțirel cerând să fie lăsat afară și n-a apărut niciun cap blond la geam, doritor să testeze temperatura de afară. Stresată de liniștea aceasta neobișnuită, m-am grăbit să revin în casă, unde Levi se juca foarte liniștit pe covor.

De fapt, și fețișoara lui era mai roșie decât de obicei, așa că l-am întrebat, cu surprindere, dacă a plâns. Levi a confirmat spăsit și, în timp ce încercam să mă dumiresc ce s-ar fi putut întâmpla, mi-a aruncat explicația la care m-aș fi așteptat cel mai puțin: „Am crezut că n-o să mă ierți niciodată.” M-am simțit ca o mătușă îngrozitoare, pentru că ceva din mimica sau vorbele mele i-a putut transmite acest mesaj stupefiant.

Îmi aduc aminte cum, în timp ce îl îmbrățișam, simțeam că inima se mutase din locul ei și era acum doar un șuvoi de iubire și de durere pentru jalea aceasta nejustificată, dar reală, a unui boț de om. Cum ar putea o inimă de om să nu ierte greșelile unui copil, oricât de sâcâitoare sau de nesăbuite, chiar dacă, surprinzător și nu prea, ele s-ar repeta în timp?

„Cine este omul acela dintre voi care, dacă-i cere fiul său o pâine, să-i dea o piatră? Sau dacă-i cere un pește, să-i dea un șarpe?” (Matei 7:9-10), întreba Iisus, așezând în antiteză subțirimea bunătății umane cu autentica bunătate a Tatălui din ceruri, care „va da lucruri bune celor ce I le cer” (Matei 7:11).

Știm că Dumnezeu ne iubește și ne iartă greșelile mărturisite, dar sunt ocazii în care ne sfiim să cerem iertare sau ne simțim nevrednici și nesiguri că vom fi iertați, după ce am alunecat din nou în greșeli pe care a fost nevoie să le mărturisim deja de cine știe câte ori. Oricât vuiet ar face sentimentele noastre, realitatea este că ele nu ne pot spune nimic credibil cu privire la starea noastră înaintea lui Dumnezeu. Iertarea, păcatul, desăvârșirea creștină sunt subiecte în care Dumnezeu are ultimul cuvânt, iar El ne-a făcut deja cunoscut în scrisoarea Sa către noi tot ce avem nevoie să știm cu privire la ele.

Cum s-a purtat Iisus cu păcătoșii

„Omul acesta primește pe păcătoși și mănâncă cu ei” (Luca 15:2) – aceasta a fost una dintre acuzațiile rostogolite constant de farisei și cărturari în timpul lucrării publice a lui Iisus. Deși nu realizau acest lucru, adevărul cuprins în mesajul prin care încercau să-L defăimeze era, de fapt, cea mai bună veste pe care au primit-o vreodată pământenii: un Dumnezeu care nu a ocolit păcătoșii, ci i-a căutat, i-a vindecat, i-a iertat și le-a dat șansa să o ia de la capăt.

Iisus a fost oaspetele lui Zacheu, considerat foarte păcătos de concetățenii săi, pentru că era șeful vameșilor, recunoscuți pentru corupție. Aceasta n-a fost o simplă vizită de curtoazie. „Astăzi a intrat mântuirea în casa aceasta” (Luca 19:9), a declarat Iisus, adeverind astfel că există speranță pentru orice păcătos, cu condiția ca El să fie acceptat în inima și casa acestuia. Printre cei 12 ucenici ai Săi, Iisus a chemat și un vameș. A iertat păcatele femeii prinse în adulter și s-a oprit, pentru o discuție cu mize veșnice, lângă fântâna unde se găsea o samariteancă – și încă una a cărei viață nu era deloc un etalon de moralitate.

Pentru că „Fiul Omului a venit să caute și să mântuiască ce era pierdut” (Luca 19:10) și viața niciunuia dintre cei care s-au lăsat atinși de El n-a mai rămas vreodată aceeași.

Sfinții care păcătuiesc

Pare firesc ca Iisus să-i ierte pe cei care trăiesc afundați în păcat și să-i recupereze pe cei

continuare în pag. 5

continuare din pag. 4

înstrăinați, dar cum se raportează El la păcatele celor care L-au cunoscut deja, care au fost convertiți și care l-au devenit colaboratori în misiunea Sa de salvare?

Evanghelistul Marcu relatează o întâmplare care are loc chiar în preajma răstignirii lui Iisus. Ajuns la Capernaum, Iisus le adresează ucenicilor o întrebare simplă, la care niciunul nu se grăbește să răspundă: „Despre ce vorbeați unul cu altul pe drum?". Adevărul era că se certaseră, încercând să stabilească cine dintre ei va fi cel mai mare în împărăția pe care credeau că Iisus o va instaura curând. Și, pentru că știau bine că o astfel de discuție nu își are locul între ei, chiar au încetinit pasul, ca să rămână în urma lui Iisus, în speranța că El nu va ști nimic despre disputele dintre ei.

Acest incident ne răspunde la o întrebare foarte practică, scrie pastorul Morris Venden: „Este posibil ca sfinții să păcătuiască? Este posibil să păcătuiești, să știi că păcătuiești (…) și să fii totuși creștin?".

Ucenicii se făceau vinovați în mod conștient de păcatul mândriei, iar păcatul lor contrasta dureros cu umilința Învățătorului lor, care Se pregătea să Își dea viața pentru ei. Explicația că ucenicii nu erau convertiți încă este eronată, scrie Venden, amintind că ei luaseră parte la o misiune care n-a fost încredințată celor neconvertiți – să scoată demoni, să vindece leproși și să învie morții. Mai mult, Iisus le-a spus că au un motiv solid să se bucure, acela că numele lor sunt scrise în ceruri (Luca 10:20).

Chiar dacă greșiseră în mod conștient (și aveau să recidiveze, la cina cea de taină, când niciunul dintre ei nu s-a oferit să le spele celorlalți picioarele), Iisus i-a iertat, așa cum l-a iertat și pe Petru, deși acesta se lepădase cu blesteme de Mântuitorul lui, în cele mai chinuitoare ore ale suferinței Sale.

Există două vești cu adevărat bune despre iertare pe care Iisus le-a transmis în dialogul Său cu femeia prinsă în adulter și adusă de conducători înaintea Lui, pentru a fi ucisă cu pietre. „Nici Eu nu te condamn", este prima veste bună, iar a doua, mai bună chiar, se găsește în porunca Sa: „Du-te, și să nu mai păcătuiești", explică Venden. „Doar cel care știe că este iubit și acceptat chiar și atunci când încă greșește, doar el poate să înceteze să mai facă greșeli", pentru că în acest drum spre maturitate, Iisus merge alături de el, iertându-l și împuternicindu-l.

Desăvârșirea – o țintă tangibilă?

„Voi fiți dar desăvârșiți, după cum și Tatăl vostru din ceruri este desăvârșit" (Matei 5:48) – o cerință formulată de Iisus Însuși, care pare de neatins pentru niște ființe cu o natură păcătoasă. Un verset aplicat adesea mustrător nedesăvârșirilor altora, dar care poate deveni ușor o sursă de descurajare pentru cei care știu bine cât de des trebuie să-și plece genunchiul pentru a-și mărturisi slăbiciunile și păcatele.

De fapt, scrie Tom Shepperd, profesor de Noul Testament la Universitatea Andrews, este ușor ca sub presiunea unui standard aparent de neatins să renunți cu totul la ucenicie ori să relativizezi cerințele desăvârșirii, aidoma autorului Didahiei din secolul al II-lea: „Căci, dacă poți purta tot jugul Domnului, vei fi desăvârșit; dar, dacă nu poți, fă ce poți."

După ce explică mesajul predicii de pe munte, a cărui concluzie este porunca din Matei 5:48, Shepperd analizează semnificația termenului „desăvârșit". Chiar înainte de chemarea la desăvârșire, Iisus subliniază antiteza dintre un Dumnezeu care iubește nepărtinitor și pe cei buni, și pe cei răi și categoria celor care iubesc, asemenea păgânilor, doar pe aceia de care sunt, la rândul lor, iubiți.

În acest context, desăvârșirea are de-a face cu extinderea iubirii dincolo de granițele grupului nostru, până când înșiși vrăjmașii noștri pot ajunge în raza ei.

De asemenea, în predica Sa, Iisus echivalează desăvârșirea cu puritatea morală care să caracterizeze nu doar faptele noastre concrete, ci și gândurile și sentimentele noastre, acolo unde se nasc germenii păcatului.

De fapt, în Matei 5:48, termenul folosit pentru desăvârșite este teleios, care înseamnă „desăvârșit, fără defect, complet, pe deplin dezvoltat, matur, care și-a atins scopul". Viața creștinului este o călătorie care are ca scop și destinație cerul, iar porunca lui Iisus ne cere să ducem până la capăt această călătorie alături de Ghidul nostru și să rămânem, etapă după etapă, în cadrul voinței Sale, conchide Shepperd.

Ce facem cu păcatele care sunt repetate?

În timpul vieții sale monastice, Martin Luther s-a luptat teribil pentru a obține iertarea păcatelor, folosind postul, orele chinuitoare de rugăciune, pelerinajele și chiar autoflagelarea drept mijloace de a dobândi favoarea divină. Potrivit mărturisirii sale, dacă cineva ar fi putut câștiga cerul prin fapte de penitență, el ar fi fost unul dintre candidații cu cele mai multe șanse. În cele din urmă, după descurajări teribile, Luther a simțit pacea citind cuvintele scrise de apostolul Pavel în epistola către Romani: „Cel neprihănit va trăi prin credință" (Romani 1:17).

Oamenii de tipul lui Martin Luther gândesc că Dumnezeu nu-i poate accepta dacă ei mai cedează încă în fața unei ispite, dar acesta este un indiciu al faptului că ei cred că ascultarea lor conștiincioasă este ceea ce îi recomandă înaintea Lui.

Totuși, Biblia declară răspicat că „nimeni nu va fi socotit neprihănit înaintea Lui prin faptele Legii" (Romani 3:20). Deși Legea are rolul de a ne arăta păcatul din viața noastră, mântuirea nu este

continuare în pag. 13

AM ÎNVĂȚAT...

Am învățat că Dumnezeu ne dă copii, nu ca să umplem planeta, ci ca să putem simți la microscară ce trăiește El la macrocosmos!

Am învățat că părinții buni dau copiilor și rădăcini, și aripi. Rădăcini ca să nu uite unde au casa, și aripi ca să nu uite unde e Cerul

Am învățat că scopul primordial al vieții mele nu este să conduc firme, să dețin doctorate, să am vacanțe în insule exotice… Ci să fiu un creion ce scrie povești pentru Dumnezeu.

Am învățat că pot să nu ajung erou. Dar acolo unde sunt, trebuie să îmi fac datoria!

Am învățat că trebuie să învăț din greșelile altora. N-am timp să le fac eu pe toate!

Am învățat care este cel mai mare păcat: să nu îți dai seama că trăiești în păcat. Să faci răul crezând că faci bine.

Am învățat că viața este ca marea: nu îi pasă că nu știi să înoți!

Am învățat că nu doar sufletul e prețios. Ci și trupul. E pahar de unică folosință. Dacă nu ai grijă de el la tinerețe, vei regreta amarnic mai târziu.

Am învățat că atunci când orgoliul strălucește prea tare, orice înțelepciune se întunecă. Și unde lipsește înțelepciunea, domină prostia.

Am învățat că inima nu e vie dacă pulsează numai sânge. Ci dacă pulsează și dragoste !

Am învățat că lumea nu se cucerește cu sabia sau cu forța. Ci cu dragostea.

Am învățat că arătatul cu degetul poate ucide. Nu doar pe cel arătat…

Am învățat că dacă vrei să faci ceva, vei găsi o cale. Dacă nu, vei găsi o scuză…

Am învățat cum arată fericirea. Privește în ochii unui cerșetor după ce i-ai oferit o bucată de pâine.

Am învățat că viața e de… sticlă. Se sparge atât de ușor. Dar mai știu și că lui Dumnezeu îi place să lipească cioburi.

Am învățat că oamenii din jur pot fi egoiști, irascibili, invidioși și răi. Dar oricum ar fi, eu trebuie să trăiesc frumos mai departe!

Am învățat că cine vrea să trăiască cu evlavie va fi prigonit! Sfinții sunt miei trimiși în turma lupilor!

Am învățat că nu trebuie pus totul la inimă. Inima nu e magazie…

Am învățat că iluziile sunt gratis. Dar dezamăgirile le plătim cu un preț mult prea scump!

Am învățat că, deși ar putea să mă ferească, Dumnezeu îngăduie să fiu rănit. Am învățat că rănile sunt găuri prin care intră lumina. Oamenii „ciuruiți" de Hristos sunt plini de Cer!

Am învățat că oricâtă durere aș simți, nu trebuie să devin o durere pentru ceilalți.

Am învățat că acolo unde sunt prăpăstii între oameni nu e eficient să ridici garduri. Ci să construiești poduri!

Am învățat că o lumânare poate aprinde mii de lumânări. Un singur om poate schimba o generație… Mă străduiesc să împrăștii lumina.

Am învățat că dacă lași toate căruțele să ți-o ia înainte nu vei mai putea înainta de praf…

Am învățat că orice vârf aș cuceri nu trebuie să mă opresc. Urmează altul și mai înalt.

Am învățat că aproape toți oamenii îl iubesc pe Dumnezeu. Dar numai puțini dintre ei se și tem de El!

Am învățat că Dumnezeu nu alege oamenii desăvârșiți. Ci îi desăvârșește pe cei aleși.

Știu la ce distanță este Dumnezeu de noi. La o îndoire de genunchi!

Știu multe lucruri, multe locuri frumoase. Dar maximum de f rumusețe este Hristos. Dincolo de El nu mai este nimic.

Știu unde mă voi duce: ACASĂ!

Ce am învățat eu până acum…că mai am multe de învățat !

-sfârșit-

Mica enciclopedie de sănătate
E bine să știm

Ca o cetate surpată și fără ziduri

de **Genia Ruscu**

Furia este asemenea unei avalanșe care, odată pornită, își urmează cursul până la capăt; este puternică și ne manipulează ușor, transformându-ne în adevărate bombe cu ceas. De aceea trebuie să știm cum să o gestionăm și cum să ne păstrăm echilibrul în orice situație.

Dincolo de frustrare și de alți declanșatori comuni ai mâniei (pericolul, abuzul, durerea etc.), regăsim o varietate a factorilor care o generează, precum și o fluiditate a interpretării lor. Unii oameni se înfurie din cauza autobuzului pierdut sau a criticilor primite, alții își păstrează calmul în fața neplăcerilor. Fiecare are (cel puțin) un punct vulnerabil, un călcâi sensibil ca al lui Ahile care îl face să ia foc în anumite condiții și să se manifeste agresiv.

Atât raportarea la evenimente, cât și afișarea emoțiilor diferă de la om la om, influențate fiind de educație, autodisciplină și temperament.

Spre deosebire de cei impulsivi, care dau frâu liber pornirilor fără a le trece prin filtrul gândirii, cei pasiv-agresivi aleg indiferența, sarcasmul sau îmbufnarea ca formă de convertire a furiei lor, în vreme ce pasivii preferă tăcerea. Însă nici suprimarea, nici eliberarea fără discernământ a furiei nu ne conferă vreun avantaj semnificativ în ceea ce privește atingerea confortului emoțional. Cum tratăm situațiile care ne frustrează, ne revoltă ori ne indispun contaminează nu doar starea noastră de bine, ci și relațiile cu cei din jur; ne afectează munca, stima de sine, sănătatea.

Neputința de a integra simțământul mâniei într-o formulă rațională de asumare a realității poate cauza boli ale inimii, diabet, slăbirea sistemului imunitar, insomnie, stres cronic, depresie, tulburări de alimentație, abuz de droguri sau alcool ș.a.

Contrar miturilor că furia este imposibil de controlat sau că impune autoritate în fața oamenilor (motive pentru care ar trebui tolerată), nevoia de a înțelege cum, când și de ce apare mânia ne poate ajuta să o temperăm cu succes, dacă dorim să facem lucrul acesta.

1. Înțelegerea „jocurilor de culise”

Atât furia emoțională, cât și agresivitatea (ca materializare a emoției în comportament) ne pot juca feste, insinuându-se necontrolat în trăirea și conduita de zi cu zi. O bună modalitate de a determina în ce măsură ni se potrivesc simțămintele, respectiv reacțiile, cu realitatea obiectivă este să accesăm zona din spatele cortinei; să înțelegem jocurile de culise.

De ce suntem iuți la mânie?

Se întâmplă adesea să ne supărăm din motive banale, să devenim irascibili din cauza unui cuvânt sau a unui gest mărunt, comis fără voie de interlocutor. Multe dintre ocaziile care ne încearcă răbdarea sunt, de fapt, lipsite de o importanță majoră. Cu toate acestea, trezesc în noi nevoia de a fi incisivi, taxând comportamentele dezagreate.

La o privire mai atentă, observăm că nu vasele murdare, lipsa de punctualitate sau vremea mohorâtă ne irită, ci aspecte secundare care îmbracă diferite pretexte pentru a ieși la iveală. Sau că – prin furie – ascundem teamă, jenă, rușine, nesiguranță și alte sentimente pe care nu știm cum să le exprimăm, pentru că nu am fost învățați să le recunoaștem, să le acceptăm și să le exteriorizăm ca atare.

În alte cazuri, motivul pentru care ne „sare țandăra” cu ușurință se leagă de modelul preluat din familie. Dacă părinții sau cei apropiați nouă și-au rezolvat problemele prin ceartă, irascibilitate și lipsă de control, cresc riscurile de a avea răspunsuri similare chiar și în situații ce nu justifică escaladarea conflictelor și a tensiunii.

Putem recurge la astfel de izbucniri zgomotoase ca la o formă incontestabilă de putere atunci când nu știm să obținem un compromis prin negociere; când – mânați de intențiile unui ego fragil sau de nevoia de control – respingem opiniile străine și perspectivele diferite; când ne lipsește inteligența emoțională, fugind constant de vină, eșec, vulnerabilitate și de alte stări sufleteşti greu de procesat.

De multe ori, în spatele acceselor de furie există surse care depășesc motivele aparente, iar explorarea acestora înseamnă un prim pas spre monitorizarea propriilor emoții, etichetându-le și utilizându-le corespunzător pentru a ghida gândirea și comportamentul cotidian.

2. Recunoașterea semnalelor interne

Episoadele de furie declanșează o serie de

continuare în pag. 8

continuare din pag. 7

reacţii în organism şi secretă adrenalina, hormonul esenţial în gestionarea stresului provocat de circumstanţe primejdioase.

Printre semnalele cele mai evidente se numără: un ritm crescut al bătăilor inimii, respiraţie precipitată, transpiraţie, încordare sau tremur al corpului, încleştare a maxilarului, senzaţie de gol în stomac, dureri de cap, agitaţie psihomotorie, incapacitate de concentrare.

Conştientizarea indiciilor transmise de organism ne permite să acţionăm raţional înainte de a pierde controlul sub presiunea momentului.

La impactul cu factorul declanşator, corpul întreg este supus unei tensiuni accelerate. Eliberarea ei brută ar însemna să facem ravagii în jur: verbal (prin folosirea unor cuvinte dure, a expresiilor jignitoare sau a unui ton ridicat), dar şi fizic (printr-un limbaj gestual agresiv, prin aruncarea de obiecte, prin atac la persoană).

La polul opus, inhibarea furiei ar însemna o falsă rezolvare a problemei, o amânare iluzorie cu efecte adverse resimţite în timp. Mânia redusă la tăcere tinde să se întoarcă împotriva noastră în cele mai nepotrivite ocazii. Dacă, în schimb, redirecţionăm energia negativă pe un făgaş constructiv, vom reuşi eliberarea emoţiilor într-o manieră sigură, lipsită de riscuri şi de regrete ulterioare.

3. Identificarea factorilor declanşatori

Oricât de reţinuţi am fi, viaţa ne testează constant slăbiciunile, asemenea unui dascăl atent. Cunoscându-ne antecedentele şi slăbiciunile, putem identifica factorii sub incidenţa cărora tindem să acţionăm impulsiv: obişnuim să ne enervăm în trafic, clacăm dacă avem o dispută, devenim irascibili când suntem obosiţi, ne pierdem cu firea în preajma anumitor persoane. Anticiparea ne plasează cu un pas înaintea înclinaţiilor vulcanice, care abia aşteaptă prilejuri de manifestare.

Plecând de la înţelegerea şi asumarea propriilor limite, avem două variante posibile: fie ocolim subiectele şi subiecţii care ne tulbură liniştea, fie învăţăm să îi abordăm diferit, într-o manieră nouă, superioară reacţiei naturale de furie.

Prima alternativă ne obligă, totuşi, să fim realişti. Credinţa că putem elimina orice element perturbator din apropiere ţine de domeniul fanteziei, astfel că formularea de noi răspunsuri adaptative la factorii declanşatori ai comportamentelor agresive pare cea mai plauzibilă soluţie în contextul dat.

Pentru aceasta este nevoie să descurajăm modelele de gândire automată care ne alimentează furia prin mecanisme precum: presupunerile, rigiditatea, generalizarea, negativismul şi blamarea.

Cele cinci pot acţiona împreună sau separat. Alăturarea lor reprezintă calea sigură către groapa cu lei. Un exemplu comun, desprins din stilul tipic de relaţionare între parteneri, ar suna în felul următor: „În 10 minute ajung acasă şi sunt sigur/ă că nu a făcut ce (l-)am rugat(-o) (*presupunere*), lucru pe care nu îl voi tolera (*rigiditate*), pentru că mereu face aşa (*generalizare*), iar atmosfera se strică (negativism) numai din vina lui/ei (*blamare*)." O presetare de acest gen este un ritual garantat de invocare a furiei.

4. Menţinerea autocontrolului

Deşi accesibile şi foarte populare, metodele prin care putem câştiga timp în momentele de tensiune extremă sunt adesea subestimate. Experienţa confirmă că tehnicile simple ajută la ţinerea sub control a emoţiilor subordonate mâniei: resentimentul, exasperarea, indignarea, vexarea (insulta), animozitatea, irascibilitatea, ostilitatea, ura (clasificare după Daniel Goleman).

Clasica numărătoare până la 10, exerciţiile de respiraţie, mersul pe jos, întinderea sau masarea zonelor tensionate, distragerea atenţiei de la contextul problematic şi-au demonstrat, de-a lungul timpului, utilitatea în ceea ce priveşte redobândirea echilibrului interior.

Un alt exerciţiu folositor în calibrarea emoţională este apelul la introspecţie. În acest scop, specialiştii recomandă adresarea unor întrebări menite să limpezească mintea şi să modereze elanul prin obiectivizarea unor situaţii apăsătoare pentru individ:

- ***Cât de important este ceea ce mă înfurie acum?***
- ***Merită să mă enervez din acest motiv?***
- ***Merită să îmi stric restul zilei pentru asta?***
- ***Este adecvat comportamentul meu în situaţia dată?***
- ***Ce aş putea schimba la reacţiile mele?***
- ***Este mai avantajos pentru mine să iau atitudine sau să mă retrag?***

5. Dezvoltarea unor obiceiuri benefice

Scriptura spune că „cine se aprinde iute face multe prostii" (Prov. 14:29), adevăr experimentat de mulţi dintre noi, pe propria piele. Pentru a ne scuti singuri de consecinţele „prostiilor" născute din pierderea stăpânirii de sine, avem la dispoziţie numeroase obiceiuri şi principii călăuzitoare.

Odihna, mişcarea, îmbrăţişarea unei viziuni optimiste asupra vieţii, comunicarea asertivă, meditaţia, rugăciunea, umorul, evitarea consumului de droguri şi alcool ne ajută să cultivăm răbdarea şi să perfecţionăm frâiele necesare unui control eficient al impulsurilor, inclusiv al furiei.

Pe de altă parte, principii ca iubirea aproapelui, disponibilitatea de a ierta, respectul şi corecti-

continuare în pag. 12

...::: Un mod de viață: Asociația „Ridică-te și umblă” :::...

Centrul Național de Activități „Ridică-te și umblă” Sinaia

LUCIAN ALDEA - președinte
Asociația „Ridică-te și umblă”

Sinaia este printre stațiunile emblematice din România fiind supranumită „Perla Carpaților”. Fie vară, fie iarnă, străzile centrale sunt populate de turiști români și străini. Cu siguranță că acest loc n-ar fi avut notorietatea de astăzi dacă regele Carol I nu ar fi dezvoltat domeniul regal care cuprinde și celebrul Castel Peleș. Astfel regele și-a reprodus arhitectural o mostră de basm din țara natală și a fost cel care a ales numele localității de „Sinaia” de la mănăstirea din zonă, a cărei denumire provine la rândul ei, de la Muntele Sinai din Egipt, locul unde Dumnezeu I s-a arătat lui Moise și a dat Cele Zece Porunci.

Dumnezeu a condus lucrurile în așa fel încât Asociația Ridică-te și umblă să primescăîn Sinaia un imobil pe care să-l amenajeze și să-l destineze persoanelor cu dizabilități prin organizarea de activități specifice. Astfel, în decembrie 2019 a fost inaugurat „Centrul Național de Activități Ridică-te și umblă”, iar trei grupuri de beneficiari care s-au implicat în dezvoltarea acestui proiect s-au bucuratde mini-tabere la munte.

Restricțiile din cauza coronavirusului au făcut ca activitățile să fie sistateun an și jumătate, dar odată cu „relaxarea” au continuat. În lunile iulie, august și septembrie 2021, zece serii de mini-tabere au reunit aproape 200 de persoane cu dizabilități și însoțitori, de la Satu Mare la Constanța, de la Drobeta Turnu Severin la Botoșani, de la Galați și Bârlad la Timișoara, Oradea, Arad, București, Alexandria, Ploiești, Buzău, precum și altele.

Activitatea principală a mini-taberelor a fost vizitarea obiectivelor turistice importante ale zonei, astfel încât toate persoanele cu dizabilități s-au bucurat de cel puțin o experiență nouă. Ceea ce este îmbucurător este că marea majoritate a acestor obiective au acces facil și chiar adaptat pentru scaune rulante. Astfel, persoanele în scaun rulant au avut posibilitatea să urce pe Platoul Bucegi, la cota 2000+ și să aibă parte de peisaje încântătoare. Nevăzătorii s-au putut bucura și prin ochii celorlalți, dar cel mai mult când au intrat într-o pădure montană seculară, au mers pe o potecă înclinată și acoperită de cetină uscată, au îmbrățișat un brad, au mirosit rășina și au ascultat trilurile păsărilor. Sau când au parcurs cei 400 de metri de peșteră, pipăind stâncile umede și făcând mersul piticului pentru a străbate porțiunile înguste și joase.

Dimineața și seara au avut loc momentele de suflet, cu părtășie, cântec, experiențe de viață și încurajare. În două ocazii s-au organizat chiar concerte cu muzicieni profesioniști la care și-au adăugat abilitățile și beneficiarii noștri.

În toată această perioadă personalul Asociației a fost neobosit, deși cu un timp redus de odihnă, au avut suficientă pasiune ca să alerge toată ziua pentru a asigura cele mai bune condiții, excursii, programe și hrană delicioasă. Dumnezeu să le răsplătească efortul.

Vestea bună este că activitatea centrului va continua cu ajutorul lui Dumnezeu. De la 13 septembrie spațiul este disponibil pentru mini-tabere pe diverse teme: spirituale, muzicale, artă, culinare, medicale,de petrecere a timpului liber, etc. așa că vă așteptăm cu drag. Pentru mai multe detalii apelați la coordonatorul local și la numărul: 0725 019 868.

„Minitaberele Asociației „Ridică-te și umblă” sunt adevărate oaze de revigorare fizicăși sufletească. Hrană sănătoasă, excursii, vizite la obiective culturale de marcă, seri cu programe de bucurie în cântec și dialoguri proaspete și prietenoase, somn curativ și natură în spectacol pentru orice ochi trist. Vila de agrement de la Sinaia este refugiul pentru persoanele cu dizabilități de oriunde și nu numai.” George Uba, vicepreședinte Asociația Ridică-te și umblă.

-sfârșit-

LA RĂSCRUCE, ÎN IMPAS

La răscruce, în impas,
Atunci când facem popas,
Înseamnă c-avem motiv
Dar și un obiectiv.

Să facem tot ce se poate
Pentru-a noastră sănătate.
Prioritatea-i mereu
Porunca lui Dumnezeu.

De-a îngriji permanent
Sănătatea, evident.
El ne-a lăsat ce-i nevoie
Să folosim după voie.

Dacă-I cerem îndrumare
Și-I mulțumim ca atare,
Avem șansa de a face
Terapie eficace.

Nicolae Popescu
„De la real la ideal"

ÎNTREBĂRI DE CERCETARE!

Multe întrebări se pun,
Cu privire la-nchinare,
De Mântuitorul lumii,
Dar, și Planul de salvare?!

Multe întrebări banale,
Și multe fundamentale,
De ce unii sunt nervoși,
Iar alții plini de răbdare?!

Cum sămânța lui Avram?
A ajuns așa de mare?
Când puțini sunt credincioși,
Dar cei mulți merg la pierzare?!

Cei bogați ce știu de toate,
Nu cunosc pe Dumnezeu?
Dar săracul e mai prost,
Să se abată de la rău?!

Cât de repede au uitat,
Acei ce L-au răstignit?
Că Isus i-a vindecat,
Și din suflet i-a iubit?!

Cum mai rabdă Dumnezeu,
Astăzi multă nedreptate?
Are grijă de oricine,
Fiindcă harul Lui e mare,
Să salveze, vrea și poate!

Întrebări de cercetare,
Să își pună fiecare,
Pe cine-a servit în viață
Și al cui este el când moare?!

Crețu Vasile
Botoșani

AM PE SUFLET

Am pe suflet un dor greu
E o piatră de încercare
Mi-l cunoaște Dumnezeu
Si îl împart cu fiecare.

Am în suflet supărare
Plânsul este în zadar
Viaţa este trecătoare
E un fel de dulce amar.

Am în suflet o speranţă
Ca şi cum un curcubeu
Prin furtună şi prin ceaţă
Răsare când e mai greu.

Am în gând acelaşi vis
Luptând prin orice furtună
Voi păşi spre paradis
Într o lume mult mai bună.

Vali Fencea
Ciutelec - Bihor
Din volumul:
„Prin timp și anotimp
la mare"

CÂND POȚI

Când poți iubi comoara Ta,
când poți visa iubirea Sa,
privește în sus,
caută pe ISUS.

Când poți crede în șansa ta,
ce o pune Domnul, în viața ta,
privește în sus,
caută pe ISUS.

Când poți visa, că poți avea,
ce Domnul ție vrea a-ți da,
privește în sus,
caută pe ISUS.

Când poți urma tu drumul blând,
când poți asculta Cuvântul Sfânt,
privește în sus,
caută pe ISUS.

Când poți merge pe drumul vieții,
cu inima curată,
privește în sus,
caută pe ISUS.
AMIN

Stănilă Marius
Din volumul:
„Cuvântul străbate prin inimi"

SUNT O UMBRĂ

Sunt o umbră pe pământ și iubesc pe Domnul Sfânt.
Că pe mine m-a găsit, prin Isus m-a mântuit.
Sunt o umbră pe pământ, și în mine e Duhul Sfânt
Să nu-L întristez nicicând.

Dumnezeu e bun și mare, mereu îmi dă îndurare.
Și vreau viață de ascultare, pentru a fi cu El în Rai. Amin.

Ce îi folosește unui om să câștige toată lumea, dacă își pierde sufletul? (Marcu 8: 36)

Perciu Elena
Craiova
Din volumul:
„Trandafirul smuls de lume
Răsădit de Dumnezeu"

Talentul... nu cunoaste handicap!

ANOTIMPURILE

Primăvară! Ce frumos
Tot pământul e voios
Văi și dealuri înverzesc
Pomii mândri înfloresc.

Mieii saltă prin vălcele
Vesel cântă păsărele
Copilași surâzători
Fac pregătiri de sărbători.

Vara – timpu-i arzător
Este cald ca în cuptor
Domnul Sfânt după soare
Mai dă și ploi răcoritoare.

La al soarelui viu foc
Toate fructele se coc
Copilașii-n râu se scaldă
Îți mulțumesc, Doamne,
Pentru vara caldă.

Toamna e de roade plină
Pomii crengile-și închină
Până-aproape de pământ
De încărcați și grei ce sunt.

Peste dealuri și câmpii răsună
Cântări de voie bună
Copii, luați fructele toamnei și gustați
Și pe Domnul lăudați.

Iarna-i rece friguroasă
De aceea se cer haine călduroase
Să te apere de frig și ger
Larma bucuroșilor s-ajungă până la cer.

Cidem Narcis Brăslașu
Constanța
Din volumul:
„Poezii și poeme
pentru copii mari și mici"

Talentul... Creația ta

ACOLO SUS

Privesc spre cerul albastru-cenușiu
la norii pufoși ce călătoresc alene.
Că Tu ești acolo eu bine știu...
Și vei veni mai târziu sau poate mai devreme.

Spre-naltul cerului privesc cu gândul dus, la Tine.
Tu ești acolo, dar și-aici aproape.
Ești în ceruri, acolo sus,
dar și-n inima ce tulburată bate.

Sunt tristă, mi-e inima bonlavă,
căci cu Tine nu mai sunt ca altădată.
Nu sunt grâu, sunt numai pleavă
de-aceea simt neliniște și-s supărată.

Aștept, sperând că va veni o zi
când schimbarea se va vedea în mine.
Ce minunat atunci va fi
și numai Tu, Isuse cu mine vei rămâne.

Maricica Cristea
Din vol. **„Din valurile lumii”**

TRUP DE MAMĂ

Trup de toamnă ruginită
ce blestemă a vremii coasă,
ochi deschiși spre alte spații,
cu durere, lacrimi varsă;

puiul păsării se-ntoarce
să umple cuibul de lumină,
să depărteze al morții prag
și să sporească viața-n rădăcină;

trup de mamă care plânge,
unde-i clipa ce se frânge?

Magdalena Dorina Suciu
„Cătușe pentru suflet”

MURMUR DE CHITARĂ

Când lumea-ți pare mai pustie
Și vreun necaz te-ajunge iară,
Ce poate-n viață să te știe?
Decât un murmur de chitară.

Și frunze moarte cad prin vie,
De crivățul pornit afară,
Ce poate să le mai învie?
Decât un murmur de chitară.

Tristețea îmi alung și chinu',
În lumea asta de ocară,
Cine poate să-ți schimbe destinu'?
Decât un murmur de chitară.

Cătălin Cioba
„La gorunul cu suspine”

Talentul... nu cunoaște handicap!

SPERANȚA

Dimineața e răcoare
noaptea iarăși s-a lungit
frunzișul s-a colorat
iaca, toamna a venit!

Sus pe creste cade bruma
ciobani-și coboară turma
vor s-o urce-n primăvară
când o cânta cucul iară!

Ne-au lovit necazuri multe
oriunde ne ducem traiul
și-n câmpie și la munte
frate s-a scumpit mălaiul!

Dar nu vă pierdeți cu firea.
Cartea Sfântă nu ne minte
ștergeți lacrima, zâmbește
cu Dumnezeu înainte!

Totu-i să nu-ți pierzi speranța
uite eu cum o să fac
când nu se găsește pâine
voi mânca și cozonac...!

Iar când banii nu ajung
căci nepoții merg la școală
am să beau doar apă plată
renunț la cea minerală.

Cucu Mitică

ZÂUA LU' LIMBA MATERNĂ
LB ROM, LMA!

Navigând pă ici pă colo pă feisbucu' meu bengos
Mai ceva ca Marco Polo pă Oceanu' Pământos,
Foarte dâs-dă-dimineaţă, pă la doişpe douăştrei,
Cu tot capu' încă-n ceaţă, da' în rest cu ochii mei,
Văzui clar din întâmplare pă o pagină modernă
Că azi e, măi, frăţioare, zâua lu' limba maternă.
După ce, fără complexe dă inferioritate,
Căutai prin neşte dexe ce înseamnă asta, frate,
Mi-adusei -pă loc, fireşte-o grămadă dă aminte
că io ştie ce vorbeşte, doar că nu prea ţâne minte!
Aşadar şi prin urmare şi internă şi externă,
Dacă azi e sus şi tare zâua lu' limba maternă-
Limbă care, măi, nenică, dacă e aşa eternă,
Ar putea, la o adică, să mai fie şi paternă-
Asta-nseamnă, mi se pare, că tot azi, din mână-n mână,
E şi zâua, frăţioare, a lu' limba cea română.
Păi, adică, măi, române, pă mai toată cinstea mea,
E chiar zâua, cum să spune, a lu' limba mea ş-a ta!
Tocmai d-aia şi d-aceea, cum să zâc acilişa,
Ca să nu îmi pierd ideea, am dă zâs şi io ceva:
Limba noastră-i o comoară -mai ales că e maternă,
Şi e extraordinară - mai ales că-i post-modernă,
Da' aşa, dă apă chioară, e cam vai ş-amar dă ea,
Că pă feisbuc o omoară cmf şi lma!
OMG şi lol, nenică,aşa-i cool mişto dă tot!
Păi, adică cum adică? Ne-am emancipat dă tot!
Everybody, din oficiu, merge every day la job-
Nu mai merge la serviciu - nu cumva să pară snob!
Dă gramatică - no comments! E bn şi fără ea!
E destui oameni potents! Lb rom, hai rip şi pa!

Petrache Florian
Puchenii Mari - Prahova

REPORTAJ DE TOAMNĂ 2021

Un gând construit din teamă, ezitări,
este un pod dăltuit din dale de vânt și ceață,
pod sub care, abisul, tace, așteptând...
Păsări de intensă lumină,
nu mai găsesc cărările către pământenii,
care, legați cu lanțuri de materie și mateial,
au uitat, pur și simplu, -să trăiască!...-
existând, pasivi, supuși, adormiți la ore fixe
aidoma unor roți, bine unse, aparținând
unui mecanism hidos, dar concret,
unde dispecerul de la pupitrul de
comandă,
-este întunericul,-
Ne lăsăm împinși de furtuni colorate,
-(care încotro)- spre iluzii,
furtuni create artificial, spre a
fi robi, supuși, umili,
-fără DUMNEZEU!-
Ne vom trezi, oare, până la
a II-a Venire a
Luminii??...

Nicu Popcov
București

.....Anunțuri de la cititori..... .....Anunțuri de la cititori..... .....Anunțuri de la cititori.....

Fencea Valeria

În decembrie 2019 am reușit să public o carte de poezii scrise de mine numită „Caruselul cuvintelor". Tema principală a versurilor mele este credința dar și trăirile și simțirile mele sufletești. Am tot recurs la suplimentarea stocului și dețin încă în posesia mea volume de poezii. Doritorii mă pot contacta pe Facebook (https://www.facebook.com/valeria.fencea) și messenger. O pot trimite prin poștă ramburs, dacă am adresa dumneavoastră. Cu taxa postală inclusă costă 21 lei. Mulțumesc mult!

Îmbinând bucuria cu tristețea dezamăgirea cu împlinirea, dragostea față de frumusețile specifice fiecărui anotimp, față de mine si regretul pentru trecerea nemiloasă a timpului, am așternut versuri și le-am transpus în al doilea volum al meu numit PRIN TIMP ȘI ANOTIMP LA MARE. Vă aștept să mă contactați pe messenger Valeria Fencea pentru cumpărarea lui. Preț 13 lei plus taxa poștală

Prețul ambelor volume 23 lei + taxa poștală.

Iulian – Dâmbovița

Doresc să mi se doneze un telefon cu sinteză vocală, cu voce Ioana. Tel. 0764-468996.

Dragotă Ionuț Cosmin

Tânăr, 36 ani, doresc să mă ajute doamne și domnișoare cu haine, încălțăminte și bani. Pot fi contactat la 0745-898368. Sunt disponibil non-stop, inclusiv pe whatsapp. Nu răspund la număr privat!

Stelică

Vând scuter electric și tricicletă, deoarece nu pot să le folosesc. Sunt persoană cu handicap, gr. 1. Tel. 0771-139207 (răspunde Costel, nepotul meu)

Cornel

Vând Tricicletă Electrică Triciclu cu două locuri, baterie 20Ah 500w. Preț 3.800 lei, ușor negociabil. Tricicleta este nefolosită, fiind achiziționată nouă în urmă cu două luni, pentru un bătrân de 82 ani care nu s-a adaptat la viteza de deplasare. 0741-219474.

Nota redacției: Responsabilitatea corectitudinii informațiilor din anunțuri, aparține în totalitate autorilor!

.....Sfaturi practice & utile..... .....Sfaturi practice & utile..... .....Sfaturi practice & utile.....

continuare din pag. 8

tudinea, valorizarea relațiilor interumane în detrimentul orgoliului personal, detașarea de poverile trecutului creează contextul propice pentru ca noi să abandonăm treptat obișnuința reacțiilor necugetate.

Dar maturitatea emoțională și schimbările de comportament nu se obțin peste noapte, printr-o simplă apăsare de buton ori prin rostirea unei formule magice capabile să ne preschimbe în cea mai bună variantă a noastră. Nu putem da dovadă de autocontrol dacă nu luptăm zilnic pe mai multe fronturi. Elementele unui stil de viață echilibrat, precum și o structură morală bine conturată sunt componentele-cheie ce contribuie la dobândirea înțelepciunii care îl face pe om răbdător (Proverbele 19:11) și plin de pricepere (Proverbele 14:29).

Când problemele legate de gestionarea furiei degenerează în situații primejdioase (certuri repetate cu prietenii și familia, implicarea în confruntări fizice, abuzarea partenerului sau a copiilor, încălcarea legii, pierderea cumpătului în trafic și săvârșirea de acte necugetate, spargerea obiectelor din jur) este semn că trebuie să cerem ajutorul. Anumite predispoziții sau tulburări emoționale ne pot face eligibili pentru sprijinul unui persoane avizate, empatice și de încredere, care să ne ghideze atent în călătoria spre noi înșine.

***

În ciuda renumelui său negativ, furia este o emoție naturală cât se poate de legitimă. Nu suntem simpli roboți programați să trateze cu indiferență viața. Capacitatea de a simți furie ne ajută să reacționăm la amenințări și pericole, să respingem nedreptățile, minciuna sau ura. Există numeroase evenimente, atitudini și circumstanțe care merită încrâncenarea noastră. Pe de altă parte, această emoție fundamentală ne macină și ne roade pe dinăuntru. Ne domină și ne slăbește voința.

Furia compromite stăpânirea de sine, iar omul nestăpân pe sine „este ca o cetate surpată și fără ziduri" (Proverbele 25:28), pe când „cel încet la mânie prețuiește mai mult decât un viteaz, și cine este stăpân pe sine prețuiește mai mult decât cine cucerește cetăți" (Proverbele 16:32).

Genia Ruscu are o diplomă de master în consiliere în domeniul asistenței sociale.

-sfârșit-

Sursa: https://semneletimpului.ro/social/psihologie/ca-o-cetate-surpata-si-fara-ziduri.html
Preluat cu permisiune

.....Să ne rugăm pentru..... .....Să ne rugăm pentru..... .....Să ne rugăm pentru.....

Suntem câteva mii de cititori... şi doar atât de puţine solicitări de rugăciune! Nu mai avem probleme?! Nu mai avem încredere în El?!

Sau, vorba unui cititor: „Poate ne-am săturat de rugăciune!"

Rugăciune pentru Cristi! In urma unor supărări a facut stop cardiac şi este în comă.

Marius

Mă rog pentru sănătatea mea şi mă las în voia ta Doamne, Tu ştii mai bine ce e bine pentru mine şi mă rog să ai grijă şi de familia mea.

Marin Spiridon Adrian

Aş vrea să pun împreună cu dumneavoastră în rugăciune pe o doamnă pe nume Dana care este foarte bolnavă şi care are 2 copii de crescut. Dumnezeu să lucreze dupa voia Lui!

Ramona

De vreo şapte ani am escare la şezut, şi nu se vindecă. Rog să mă susţineţi în rugăciune!

Să continuăm să ne rugăm ca Bunul Dumnezeu să continue să lucreze la inima oamenilor, astfel ca revista să apară şi în viitor.

Aurel

(Oare din 3.000 de primitori ai revistei, doar atât de puţini conştientizăm importanţa şi necesitatea rugăciunii? Doar atât de puţini înţelegem şi credem că atunci când mai mulţi se roagă, Dumnezeu lucrează? (Mat. 18:19)

.....Spiritual..... .....Spiritual..... .....Spiritual..... .....Spiritual..... .....Spiritual.....

continuare din pag. 5

rodul păzirii ei. Dumnezeu are un alt criteriu pe baza căruia ne acceptă, şi anume, neprihănirea pe care o dă El (Romani 3:21). Nu avem o viaţă neprihănită cu care să ne prezentăm în faţa lui Dumnezeu, aşa că soluţia Sa este să aşeze în dreptul nostru neprihănirea vieţii lui Iisus. „Caracterul lui Hristos este pus în dreptul caracterului tău, iar tu eşti acceptat de Dumnezeu ca şi cum nu ai fi păcătuit niciodată", explică scriitoarea Ellen White. Acest dar cu totul nemeritat se primeşte, potrivit apostolului Pavel, prin credinţă. Trebuie să credem că, odată ce am făcut pace cu Dumnezeu, desăvârşirea lui Iisus este a noastră.

Păcatele care persistă şi după convertire reprezintă o problemă spinoasă, mai ales pentru cei care cred că relaţia lor cu Dumnezeu se anulează de fiecare dată când păcătuiesc. Aceasta este o religie yo-yo, care aduce frustrare şi descurajare, afirmă scriitorul creştin Marvin Moore, subliniind că, de obicei, învingerea unui păcat necesită timp, rareori victoria fiind instantanee. Suntem tentaţi să credem că Dumnezeu nu ne mai acceptă atunci când, după câteva bătălii câştigate, suferim înfrângeri ruşinoase. Este adevărat că Dumnezeu vrea să creştem şi să ne debarasăm de greşelile noastre, nu să rămânem sub dominaţia lor. În acelaşi timp, chiar dacă am fi reuşit deja să învingem orice păcat, sentimentul că acum suntem, în sfârşit, acceptaţi de Dumnezeu ar fi unul înşelător.

„Acceptarea noastră de către Dumnezeu va depinde mereu şi pentru totdeauna de biruinţa lui Hristos, nu a noastră, asupra ispitei", punctează scriitorul. În sprijinul afirmaţiilor sale, el citează cuvintele apostolului Pavel: „Căci toţi au păcătuit şi sunt lipsiţi de slava lui Dumnezeu. Şi sunt socotiţi neprihăniţi, fără plată, prin harul Său, prin răscumpărarea care este în Hristos Isus". Aceste versete arată că Dumnezeu nu ne reneagă de fiecare dată când păcătuim, ci continuă să ne acorde neprihănirea Sa, inclusiv atunci când ne poticnim în această experienţă a umblării cu El.

O relaţie zilnică cu Iisus, prin rugăciune şi studierea Cuvântului, ne va transforma în mod sigur caracterul, scrie Morris Venden, menţionând că rolul nostru e acela de a rămâne în această relaţie, şi nu de a fixa un calendar al creşterii noastre.

Secretul unei vieţi creştine de succes nu constă, aşadar, într-un efort încordat de a birui păcatul, ci într-o încredere solidă în Cel care l-a biruit deja.

Procesul maturizării plantelor ne învaţă ceva esenţial despre propria noastră maturizare spirituală, scrie Ellen White. Plantele nu cresc ca urmare a preocupării lor, ci pentru că primesc din mediul înconjurător apă, lumină, hrană şi tot ce au nevoie pentru a se dezvolta. „Ceea ce sunt aceste daruri ale naturii pentru plante şi animale este Hristos pentru aceia «care se încred în El»."

Este un mesaj care ne ajută să „avem pace cu Dumnezeu" (Romani 5:1) în orice etapă a experienţei noastre, conchide pastorul Philip Dunham, explicând că Hristos este tot ce avem nevoie, pentru că, deşi are loc cu cooperarea şi alegerea noastră, maturizarea noastră rămâne totuşi responsabilitatea Lui. Totul, de la iertare până la desăvârşire, este darul lui Dumnezeu, motiv pentru care, „când mă străduiesc, nu reuşesc. Când mă încred, El reuşeşte".

Carmen Lăiu este redactor Semnele timpului şi ST Network.

-sfârşit-

SURSĂ: https://semneletimpului.ro/religie/crestinism/rugaciune/si-ne-iarta-noua-greselile-noastre-dar-daca-ele-persista.html
Preluat cu permisiune

Dumitrescu Tony
Bucureşti

Ştii că eşti puternic atunci când vezi binele în ochii celui mai rău om, când simţi frumuseţea sufletului lui, pe care chiar el însuşi a uitat că o deţine. Şi încearcă să te sperie, ca să se apere. Însă tu tratezi situaţia cu calm şi fermitate, cu discernământ, iar prin atitudine transmiţi faptul că nu ai nevoie de ajutorul nimănui, dar eşti gata să sari în ajutor atunci când cineva ţi-l cere. Ea este adevărata putere.

Stănoiu Viorica
Aiud - Alba

Nu există asigurare mai mare decât încrederea în Dumnezeu! Când ne încredintăm Mântuitorului nostru, primim mereu putere, si vom vedea dragostea si marea bunătate cerească! Să venim la El si să ne rugăm Lui, ne va ajuta în orice problemă sau greutate. Simplificându-ne viaţa prin încrederea deplină în Dumnezeu, ne eliberăm întotdeauna de stres si neliniste!

Pacea, linistea si bucuria să vă umple sufletul, iar binecuvântările Domnului să se reverse valuri în casele si vietile voastre. Ocrotirea lui Dumnezeu si iubirea Lui să le simtiti mereu, iar în tot ce vi se întâmplă să vedeţi harul Său uimitor!

Cel fără prihană rămâne totuşi tare pe calea Lui, cel cu mâinile curate se întăreşte tot mai mult. (Iov 17:9)

Dinescu Emilia
Valea Stânii – Argeş

Dacă am păcătuit, este foarte important ca noi să ne mărturisim înaintea lui Dumnezeu şi să cerem iertare. Să nu lăsăm păcatele să se acumuleze, căci fiecare este ca o cărămidă pe care o zidim peste celelalte. Şi tot aşa, până când am construit un zid care ne desparte de Dumnezeu. Apoi ne întrebăm unde este El în necazul nostru? De ce nu vine în ajutor? De ce nu ne răspunde? Din cauza zidului înalt de păcate!

În fiecare dimineaţă când te trezeşti, aminteşte-ţi că Domnul a ales să te lase în viaţă. Puteai să nu mai fii, dar exişti. Asta înseamnă că Dumnezeu te iubeşte şi că mai ai ceva de făcut pe acest pământ... Caută să descoperi voia Lui cu viaţa ta şi împlineşte-o! Nu uita să te rogi în fiecare dimineaţă, pentru că nici Dumnezeu nu uită să te trezească! Dă primul zâmbet cerului şi ziua îţi va fi inundată de lumină! Bună dimineaţa! O zi fără supărare, o zi doar de mulţumiri, fără de răni, de lacrimi şi cârtire. O zi bună, cu împliniri!

Andreescu Haralambie
Pucioasa – Maluri, Dâmboviţa

***DRAGOSTEA DIVINĂ ÎŞI ARE ORIGINEA ÎN DUMNEZEU! Oamenii NU L-au iubit, NU au simţit nicio dorinţă după dragostea Sa, NU s-au gândit că EL ESTE DRAGOSTE! Dragostea Lui faţă de oameni s-a arătat prin faptul că i-a căutat. "Dumnezeu Îşi arată dragostea faţă de noi prin faptul că pe când eram noi păcătoşi, Hristos a murit pentru noi" –Rom 5,8. "Fiindcă atât de mult a iubit Dumnezeu lumea, că a dat pe singurul Lui Fiu, pentru ca oricine crede în El să nu piară, ci să aibă viaţa veşnica" -Ioan 3,16. Această afirmaţie a Scripturii este bucuria TUTUROR CARE AU PRIMIT DRAGOSTEA LUI DUMNEZEU ÎN HRISTOS...*

...Ei au fost păcătoşi, morţi în păcatele şi greşelile lor, fără nădejde în lume, dar acum, prin Scriptură, ei ştiu că Hristos a murit pentru păcatele lor. Ce altă dovadă a dragostei lui Dumnezeu faţă de oameni ar putea fi mai convingătoare decât aceasta? Sângele Mântuitorului care a curs pe crucea Golgotei este GARANŢIA SIGURĂ, CĂ ORICINE CREDE ÎN EL, ARE IERTAREA PĂCATELOR... Şi nu va mai trebui să se teamă de judecata care va cădea asupra celor ce resping această ofertă a dragostei divine... Domnul să-ţi ajute şi ţie, prietene! Amin!

Marius Bîrsan

Matei 6:33 „Căutaţi mai întâi Împărăţia lui Dumnezeu şi neprihănirea Lui, şi toate aceste lucruri vi se vor da pe deasupra." Avem nevoie să ne stabilim priorităţile în domeniul spiritual, în cel fizic, în cel financiar şi în cel emoţional, punând pe Dumnezeu pe primul loc. Iată câteva sugestii cu privire la timpul nostru zilnic pe care să-l petrecem cu El: 1) găseşte un loc retras care să fie numai al tău şi unde să te întâlneşti cu Dumnezeu (Marcu 1:35), un loc unde să ne facem devoţionalul zilnic, loc de rugăciune. El merge cu noi prin Duhul Sfânt oriunde am fi. 2) Să ne facem obiceiul de a ne trezi devreme. Indiferent când începe ziua ta, încearcă să faci o prioritate de a te trezi devreme pentru a avea un timp sacru cu Dumnezeu. 3) Când te trezeşti, nu te lăsa distras! "Consacră-te lui Dumnezeu dimineaţa, fă din aceasta prima activitate." (E.White) Este absolut vital să nu deschidem telefonul cu reţelele sociale, radioul, tv, să căutăm să nu răspundem la mesaje în acest timp personal cu Dumnezeu. El să fie pe primul loc, El să fie cea mai importantă Persoană din viaţa mea. (voi continua cu alte sugestii)

(Nota redacţiei: Mă întristează faptul că o asemenea rubrică deosebită tinde iarăşi să dispară din cauza neimplicării voastre, a celor ce citiţi această revistă. Mirarea mea rămâne: oare din cei peste 3.000 de primitori ai revistei, nu se mai găsesc câţiva care să trimită gânduri – proprii sau citite – care să transmită un mesaj de încredere, speranţă, optimism… Eu continui să cred că da. Aştept!)

Voucherele de care beneficiază anumite persoane cu handicap pot fi folosite în continuare pentru achiziția mai multor dispozitive asistive

av. DANA BORDEIANU

Voucherele pe care le pot primi anumite persoane cu handicap, în valoare de aproximativ 5.000 de euro, pot fi folosite, începând din acest an, pentru achiziția a două sau mai multe dispozitive asistive, după apariția, în primăvară, a unor modificări la metodologia de acordare a acestora. Acum, printr-un ordin apărut acum câteva zile, metodologia de acordare a voucherelor a suferit mai multe modificări, dar schimbările sunt, mai degrabă, tehnice, păstrându-se, în continuare, posibilitatea de a folosi un singur voucher pentru achiziția a două sau mai multe dispozitive asistive.

Metodologia de acordare și distribuire a voucherelor utilizate exclusiv pentru achiziționarea de tehnologii și dispozitive asistive și tehnologii de acces a fost modificată, odată cu apariția, spre sfârșitul lunii ianuarie, a Ordinului Ministerului Muncii și Protecției Sociale (MMPS) nr. 103/2021.

În esență, ordinul permitea, atunci când era vorba despre existența unor deficiențe bilaterale, **achiziția mai multor dispozitive asistive**. Mai exact, în ordin scria că, *"în situația deficiențelor bilaterale, voucherul poate fi utilizat pentru achiziționarea a două produse asistive prevăzute în Lista tehnologiilor și dispozitivelor asistive și tehnologiilor de acces prioritare pentru angajare, cu condiția ca produsele asistive să fie cuprinse în recomandarea medicului specialist privind tipul de tehnologii și dispozitive asistive și tehnologii de acces"*.

Acum, prin Ordinul MMPS nr. 519/2021, apărut pe 3 august, metodologia de acordare a voucherelor a fost modificată, una dintre schimbări fiind **eliminarea paragrafului citat** mai sus. Totuși, abrograrea acelei prevederi nu înseamnă automat și eliminarea posibilității ca cei cu afecțiuni bilaterale să folosească voucherul pentru a cumpăra două sau mai multe dispozitive asistive.

Asta, deoarece **cererea de finanțare nu condiționează numărul de produse achiziționate în baza voucherului**. Așadar, chiar și după abrograrea prevederii de mai sus din Ordinul MMPS 103/2021, nu au apărut limitări în ceea ce privește numărul de dispozitive asistive pe care le pot cumpăra cu un voucher.

De fapt, persoanele cu handicap au în continuare posibilitatea de a cumpăra două sau mai multe produse asistive în baza unui voucher, **cu condiția de a se încadra în valoarea maximă** a acestuia.

Mai exact, MMPS a stabilit că *"forma modificată a ordinului **nu condiționează numărul de produse asistive care pot fi achiziționate în baza voucherului** de la operatorii economici, furnizori/producători de tehnologii și dispozitive asistive și tehnologii de acces prevăzuți în lista disponibilă pe site-ul ANDPDCA, cu condiția ca acestea să fie cuprinse în recomandarea medicului specialist privind tipul de tehnologii și dispozitive asistive și tehnologii de acces"*.

*"În felul acesta, se permite utilizarea voucherelor pentru achiziționarea produselor asistive astfel încât acestea să acopere nevoile specifice ale beneficiarilor, **inclusiv ale celor cu deficiențe bilaterale**"*, mai apare în răspunsul MMPS transmis redacției noastre.

De asemenea, **produsele asistive auditive și de mers** pot fi însoțite, după caz, de accesoriile acestora, dar tot cu condiția ca acestea să fie cuprinse în recomandarea medicului specialist.

Voucherele în valoare de cel mult **23.000 de lei**, adică peste 4.700 de euro, sunt acordate, potrivit Ordinului Ministerului Muncii nr. 1.263/2019, persoanelor care:

- au o dizabilitate atestată prin certificatul de încadrare în grad de handicap;
- nu au un loc de muncă și sunt în căutarea unuia;
- au vârstă de muncă (18-65 ani).

Pentru a putea beneficia de aceste vouchere, persoana cu dizabilități trebuie să se prezinte,

continuare în pag. 17

Mai esti tu acolo?

-prima parte-

de Bill Hangley Jr.

Molei pentru a nu i se opri inima.

Accidentul a fost groaznic. Însă ea a supraviețuit. Dar o să mai fie oare aceeași?

Zăpada sosise mai repede decât de obicei, însă Jeremy Osheim nu era îngrijorat. El condusese mașina de mii de ori pe acest traseu și știa exact cum să acționeze. Trebuia să aibă curaj. Să fie atent la drum. Să nu se grăbească, Și chiar dacă vor ajunge cu întârziere nu o să fie nici o problemă.

Era în ianuarie 2016 și Jeremy împreună cu prietena sa, Molei Wright, părăseau Denverul pentru a profita de un sfârșit de săptămână împreună cu prietenii pe pantele din Breckenridge, din Colorado, locul de naștere pentru amândoi. Ei erau sociabili și inteligenți, amatori de cărți bune, teatru, muzică și plimbări în aer liber.

Jeremy, care avea 29 de ani, lucra ca specialist în relații publice. Pentru a-și mai rotunji veniturile, el mai practica și artele marțiale. Molei (care se pronunță "Molly"), 28 ani, era prima persoană din familia sa care a reușit să obțină o diplomă universitară și se ocupa cu vânzarea de fonduri comune de plasament și de consiliere financiară. Nu au avut nevoie decât de câteva întâlniri pentru a-și da seama că se plac și acum erau împreună de mai bine de un an. Pentru Jeremy, Molly era femeia vieții sale. În timp ce mașina urca o pantă sinuoasă spre stațiunea turistică, un val de mulțumire și bună dispoziție îi înconjura. Viața este frumoasă. Dar într-o clipită de ochi, totul avea să se năruiască.

Camionul pe care l-au percutat a apărut de nicăieri. Mașina lor un Mitsubishi Montero, rula încet pe zăpadă și o secundă mai târziu, Jeremy a început să urle aflându-se prizonier într-un 4X4, proiectat în urma accidentului pe marginea drumului, presat în scaun de volan, cu corpul fremătând de durere. La dreapta sa, molei avea ochii deschiși, însă Jeremy și-a dat seama că nu vedea nimic. "Nu muri te rog? Te iubesc! Nu muri..." Era tot ce putea spune.

După statistici, femeia ar fi trebuit să moară. Vertebrele gâtului ei erau zdrobite. Capul nu îi mai era atașat la corp decât cu pielea și cu mușchii gâtului. După spusele medicilor, era vorba despre o dislocare atlanto-occipitală. În termeni populari era vorba despre o decapitare internă. Șansele de supraviețuiere erau de unu la sută.

Henry Rodriquez conducea pe aceași autostradă, nu departe în spatele Mitsubishi-ului. Locotenent de armată, în vacanță, cu pregătire în medicina de urgență, s-a oprit imediat la locul accidentului. În timp ce soția sa încerca să-l liniștească pe Jeremy, blocat și îngrozit, Henry a scos-o pe Molei din carcasa mașinii.

Cu mare precauție, protejând capul și gâtul tinerei - știind că o mișcare greșită, putea să o omoare sau să o lase paralizată – a întins-o pe drum lângă mașina avariată și a învelit-o cu paltonul pentru a-i păstra căldura în corp. Apoi timp de 45 de minute interminabile, în timp ce zăpada cădea abundent dintr-un cer cenușiu, Henry a presat pieptul lui Molei pentru a nu i se opri inima.

În timp ce ambulanța se forța să urce panta pentru a ajunge la locul accidentului, rănita a început să dea semne de conștiență. Însă aceste semne au dispărut apoi. Să poată ajunge în viață la spitalul St-Anthony din Lakewood, Colorado, ținea doar de o minune.

Când în sfârșit mama sa, Mo Wright a putut să-l vadă, Molei se afla într-o comă indusă și legată la o semiduzină de mașini. Medicii nu aveau mare lucru să declare, decât ceea ce se vedea: starea sa era foarte gravă. O febră sau o infecție îi puteau fi fatale în orice moment. Și apoi chiar dacă doctorii ar fi reușit să-i stabilizeze corpul, creierul ar putea sa nu se mai recupereze niciodată.

"Un medic m-a tras deoparte să-mi sublinieze, riscurile pe care nu le putea evita, povestește Mo. Și eu mi-am amintit să-i răspund că Molei este o luptătoare."

Medicii știu că reușita nu va depinde numai de Molei. Îm plus față de gâtul ei rupt, mai avea și fracturi la coaste și la alte vertebre, fisuri la plămâni și afecțiuni la arterele creierului. Scanurile au arătat ceea ce doctorul Philip Yarnell, neurologul specializat în traumatologie din 1967, a calificat ca leziuni difuzate prin forfecare în interiorul creierului – hemoragii pe toată suprafața, în vasele sanguine și trunchiul cerebral.

Cum se întâmplă întotdeauna în urma unei leziuni cerebrale traumatice, Molei intrase într-o

continuare în pag. 17

continuare din pag. 16

împărăție misterioasă. Maniera în care un creier se vindecă este impredictibilă. Fiecare leziune cerebrală este un caz particular. Câteodată victimele își recuperează toate facultățile. Alte dăți nu-și mai revin niciodată la o conștiență normală. Cîteodată, creierul lor supraviețuiește, însă nu și personalitatea. "Persoanele în cauză se enervează foarte tare, au probleme de temperament până acolo că își exasperează familiile", descrie doctorul Yarnell. Acest gen de cazuri este devastator, deoarece în general distruge mariajele. "Trăiați cu o persoană și vă treziți peste noapte cu o alta, care nu mai are nici o legătură cu cea dinainte."

Doctorul Yarnell își dădea seama că familia Wright dorea să aibă răspunsuri. Dar el știa deasemenea că numai timpul putea să le ofere răspunsurile corecte. Molei era inertă și tăcută. Era lucrul cel mai bun pe care medicamentele puteau să-l facă, pentru a-i putea salva creierul și corpul, cu ajutorul medicamentelor împotriva febrei și infecțiilor; aparatele o hrăneau și o ajutau să respire, furnizându-i oxigen; operații chirurgicale pentru rănile pe care le avea; o supraveghere constantă pentru eventualele semne de conștiință. Și în plus era nevoie de multă răbdare.

"Nu există medicamente pentru a vindeca creierul, concluzionează medicul neurolog. Noi trebuie să-l lăsăm să se vindece singur."

În săptămânile care au urmat accidentului, Molei a stat nemișcată în patul său, hrănită printr-o sondă, respirând cu ajutorul unui aparat. În fiecare zi doctorul Yarnel și echipa sa veneau să-i testeze recțiile și să vadă dacă creierul ei răspunde. Îi atingeau brațele și picioarele. O înțepau în umeri. Deplasau obiecte în fața sa pentru a vedea dacă ochii acesteia le urmăresc.

Pacienta reacționa foarte puțin.

- 6 februarie: Nu răspunde la stimulente.

- 11 februarie: Nu răspunde la stimulente.

- 15 februarie: Nu răspunde la stimulente.

"Aceasta ne aducea într-o stare de disperare, își amintește mama sa. În fiecare dimineață mergeam la spital și în fiecare dimineața cădeam în depresie..."

De acum era vindecată de unele răni: mandibula și un omoplat care au fost rupte, contuzii la inimă și plămâni, Jeremy urmărea cu strictețe indicațiile infirmierelor și vorbea cu Molei ca și cum ea-l putea auzi, agățându-se de cel mai mic semn de speranță, pe care doctorul Yarnel îl dădea: este posibil ca ea să se vindece. "Nu am încetat niciodată să sper că ea îmi va reveni", își amintește el.

-va urma-

Sursa: Selection.ca – 01/02 - 2019
*Trimis de **TRAIAN FLOREA** - Canada*

.....Litere de lege..... .....Litere de lege..... .....Litere de lege..... .....Litere de lege.....

continuare din pag. 15

într-o primă fază, la **agenția județeană pentru ocuparea forței de muncă** de care aparține, cu următoarele documente: carte de identitate, adeverință medicală și ultimul document de studii.

Apoi, după înregistrarea la forțele de muncă, persoana cu dizabilități trebuie să se adreseze **direcției județene de asistență socială**, unde depune următoarele acte:

- cererea pentru acordarea voucherului;
- certificatul de încadrare în grad de handicap și anexa acestuia (în copie);
- recomandarea medicului specialist privind tipul de tehnologii și dispozitive asistive și tehnologii de acces;
- acordul privind participarea la măsurile pentru stimularea ocupării forței de muncă asigurate de agenția județeană pentru ocuparea forței de muncă, însoțit de planul individual (în copie);
- angajamentul că nu înstrăinează produsul asistiv.

După ce obține voucherul, persoana cu dizabilități se adresează unui furnizor de tehnologie asistivă și primește produsul ce trebuie să se afle pe lista tehnologiilor și dispozitivelor asistive și tehnologiilor de acces prioritare pentru angajare.

Lista, ce se găsește în Ordinul comun al Ministerului Muncii, Ministerului Sănătății și Casei Naționale de Asigurări de Sănătate 721/481/310/2019, cuprinde, printre altele, stimulatoare musculare neutilizate ca orteze, alarme de incontinență, proteze de braț sau antebraț cu articulații mobile și cupă cu manșon, mâini și degete protetice, articulație de genunchi, proteze oculare/ aurale/ nazale, scaune cu roți antrenate manual și electric, dispozitive de ridicare pentru a transfera o persoană fără scaun cu rotile în interiorul sau în afara vehiculelor, tastaturi speciale sau urmăritor de ochi etc.

-sfârșit-

Sursa: sursa: www.avocatnet.ro

Dat fiind termenul de trimitere a revistei la tipografie, scrisorile, sms-urile, e-mail-urile,... voastre trebuie să ajungă la mine până pe data de 28 a lunii de dinainte de luna de apariție a revistei. Nr. următor va fi în NOIEMBRIE 2021!

Mulțumesc mult pentru înțelegere!

Doresc să corespondeze:

Romeo

Cojenel Romeo Cristian nevăzător. Caut fată, 45 ani, cu handicap mediu. 0771-393202

Dana

Mă numesc Dana, am 24 ani, sunt din jud. Botoșani, doresc să corespondez cu fete și băieți cu dizabilități având vârsta cuprinsă între 20-35 de ani, pentru prietenie, amiciție. Pot fi contactată la numărul de tel. 0747-415843

Laurențiu

Bună, mă numesc Laurențiu Tonciu, am retard mintal ușor, stau la o fundație, am un joob part time, lucrez în IT. Am 23 de ani, sunt din Bragadiru, Ilfov, com. Clinceni strada monumentul eroilor nr 46, și îmi doresc și eu o fată cu dizabilități intelectuale, cu vârsta de 25 sau 26, dar să fie pe picioare. Telefon 0720-350114 sau pagina mea de facebook Laurentiu Tonciu. Am mai multe pagini. Le dati la toate cerere unde vedeți o poza cu ochelari de vedere.

Paul

Tânăr, 43 de ani, cu o dizabilitate fizică, doresc să cunosc o fată sufletistă și credincioasă, cu vârsta cuprinsă între 30-45 ani, pentru o relație serioasă. Menționez că locuiesc în Iași și pot fi sunat la tel. 0747-040411 – Paul.

Florin

Florin 45 ani, din Lipăneşti / Prahova, handicap fizic gr. 2, caut pentru căsătorie o drăguță, 35-45 ani, cu handicap fizic gr. 2, care să locuiască la mine. Aștept să mă contactați. Florin 0725-622214.

Viorel

Viorel, am 52 de ani, sunt adventist și caut o femeie adventistă, cu vârsta între 40 - 52 de ani. Caut sinceritate și seriozitate, pentru prietenie / căsătorie. Nr. tel 0732-367227 sau 0764-843820

Ionuț

Bună! Mă numesc Bojin Ionuț Florentin, am 23 de ani, sunt din Caracal, sunt o fire sensibilă, iubitoare, nu am vicii, îmi place să ascult și să vorbesc cu oamenii și aș dori din tot sufletul să îmi găsesc și eu o relație serioasă. 0783-152520

Anonimă

52 de ani, gr. 1, șatenă, ochi căprui cu nuanțe de verde, păr negru, 1,64 m, caut un băiat sărac, sufletist, de vârstă apropiată (mai mic cu 2 – 3 ani), gr. 2 sau 3, să locuiască în orice zonă a țării. Ofer și doresc seriozitate. 0748-655994. Nu răspund la apelurile cu număr ascuns. Rog a fi sunată între orele 13-22.

Cristian

Am 35 de ani, am gr. 2 și doresc să cunosc o fată de vârstă apropiată, pentru prietenie / căsătorie. 0759-100260

Haraga Șofron

Am 46 de ani, asistent BFKT (maseur). Doresc să cunosc o persoană cu vârsta între 35-45 ani. poate să aibă și un copil. Dores să fie serioasă, pentru a intra împreună în legământul căsătoriei. 0748-780643.

Ștefan

Ștefan, 46 ani, pensionat medical, 1.60 m, 56 kg, ochi căprui, serios, fără vicii, necăsătorit, din București, iubitor de natură, doresc să cunosc o fată cu vârsta cuprinsă între 27-48, din București sau altă zonă. Doresc o relație prietenie / câsătorie. Tel. 0726-968570.

Cristi

55 de ani, pensionar, nevăzător gr. 1, situație materială deosebit de bună, doresc o doamnă, fără obligații, vârsta 40 ani, pentru a avea o familie și copii. Nu mă interesează situația materială. Doresc seriozitate! Pot fi contactat la 0720-365124 sau 0787-562200.

Iulian – Dâmbovița

26 ani, caut o fată cu un ușor handicap vizual, gr. 2 sau 3, să aibă școală, să fie harnică, cu vârsta până în 30-31 ani. Tel. 0764-468996.

David Florin Dănuț

Salut! Mă numesc David Florin Dănuț. Eu am Parkison, am 38 de ani. Aș dori să cunosc o fată pentru prietenie / căsătorie. Nr meu de tel. 0729-586897. Sunt din Târgoviște.

Liviu Tudoroiu

Bună, sunt Liviu Tudoroiu din Lipăneşti, Prahova am hemipareză stângă spastică din accident rutier, gr. 2, 50 ani, singur, sincer, sufletist, fără obligații şi vicii, 1.73 m, 75 kg. Caut o Doamnă drăguță, cu dizabilitate fizică mică, gr. 2, 36-55 ani, cu care să conviețuiesc frumos. Tel. 0721-166554. Te aștept!

Dragotă Ionuț Cosmin

Tânăr, 36 ani, blond, ochi albaștri, simpatic, 1,75 m, 70 kg. Nu am fost căsătorit niciodată. Aș dori să cunosc domnișoare (de vârstă apropiată) sau doamne divorțate (40-44 ani), pentru o relație serioasă, pentru prietenie / căsătorie. Să fie sinceră. Doresc să locuiască la mine (sunt din com. Cernişoara, jud. Vâlcea). Pot fi apelat la 0745-898368 și 0764-104277. Sunt disponibil non-stop. Nu răspund la număr privat!

Bogdan

Bună, sunt Bogdan, am 39 de ani, caut o fată/femeie serioasă, cu vîrsta între 24 si 39, pentru prietenie / căsătorie. Accept cu copii. Nu caut aventuri. Pot fi găsit la 0773-935741 sau 0730-794549

Marius

Bună, mă numesc Marius, am 41 de ani, sunt din Prahova, am o dizabilitate fizică din naștere și doresc o relație frumoasă și ceva mai mult, cu o fată asemeni mie, sau normală, cu frică de Dumnezeu, ce poate accepta un băiat cu dizabilitate în preajma ei. Mă puteți găsi la nr. de tel. 0720-645724 WhatsApp.

Ilie

Bună! Mă numesc Ilie, sunt din Alexandria, am 35 ani, 70 kg, 1,65 m, brunet, creștin adventist, îmi place să mă plimb, să călătoresc, să gătesc, etc. Doresc să cunosc o fată pentru prietenie/căsătorie, cu vârsta

continuare în pag. 19

Dragostea care iartă

Două alternative

GEORGE UBA - vicepreşedinte
Asociaţia „Ridică-te şi umblă”

În articolele precedente am vorbit despre ofense, răniri, mânie, în peisajul relațiilor pe care le-am dori cât mai armonioase.

Ori de câte ori treceți prin spirala descendentă a ofenselor, rănirilor şi mâniei nerezolvate, aveți două opțiuni. Prima este să ignorați pur şi simplu ofensa şi rănirea îngăduind mâniei să dospească. Dar atenție: Aceasta va duce relația voastră într-un loc trist unde nici n-ați visat niciodată că vei ajunge. Puteți să continuați să îngropați adânc în suflet simțăminte nesoluționate, care aduc amărăciune, resentimente şi depresie. Puteți să explodați, dând drumul mâniei refulate, fără să vă gândiți că aceasta îl răneşte şi îl înstrăinează pe prieten. Indiferent de modul de reacție, prin faptul că nu reuşiți să spargeți tiparul negativ, veți continua să vă erodați reciproc. Pe harta relației vă apropiați de ruptura emoțională. Rezultatul final poate fi un cutremur relațional care să zguduie legătura voastră din temelii.

Dar mai aveți o alternativă. Se numeşte dragoste iertătoare. Când vă confruntați cu rănirea şi mânia, puteți decide să rezolvați conflictul. Acesta este modul biblic de tratare a tiparului ofensă-rănire-mânie. Ceea ce dorim să realizăm – ca indivizi şi cupluri – este un angajament de tratare a durerii şi mâniei, de rezolvare a conflictelor, de iertare a celui greşit, de reînnoire a relației. Obiectivul este aducerea relației într-un loc al vindecării, întregirii şi deschiderii, ajutându-vă să vă simțiți acceptați şi legați din nou.

În subiectul următor, vă voi prezenta un proces care vă va face capabili să treceți peste ofense, să descoperiți vindecare de răni şi să găsiți ajutor pentru mânia voastră. Totuşi, ceea ce trebuie să înțelegem înainte de toate este puterea care facă posibilă această soluție. Această putere este dragostea iertătoare.

-va urma-

Poşta redacției Poşta redacției Poşta redacției Poşta redacției

continuare din pag. 18

cuprinsă între 25 şi 40 ani, fără vicii şi fără obligații. Tel. 0770-761304

Marian

Mă numesc Joițoiu Marian, am 33 de ani, am probleme de vedere şi doresc să comunic cu fete serioase, de vârstă apropiată, pentru prietenie, eventual şi căsătorie. Pot să mă sune şi băieți, pentru o relație de amiciție. Tel. 0785-710466. Facebook: https://www.facebook.com/mariannelu.joitoiu

Gheorghiță

Mă numesc Gheorghiță, am 44 ani, am gr. 2 şi am două pensii. Sunt din Prahova şi vreau să cunosc o fată de vârstă apropiată, cu vârsta 39 – 48 ani. Să fie serioasă. Poate să aibă şi un copil. Pentru prietenie / căsătorie. Tel. 0725-262314.

Nelu

Mă numesc Nelu, am 44 de ani. Am gr. 2. Vreau să îmi găsesc jumătatea, să fie serioasă, cum sunt şi eu. Pentru prietenie / căsătorie. Să aibă între 40-47 ani. Pot fi sunat la 0770-718406.

Ion

Domn serios, 65 ani, fără obligații, pensionar, cu un handicap mic, gradul 2, situație materială bună, doresc cunoştința unei doamne, cu vârsta cuprinsă între 55 şi 60 ani, fără obligații, cu o uşoară deficiență fizică, pentru convieţuire împreună. Telefon 0726-590540. Sunt din Teleorman.

Nota redacției: Responsabilitatea corectitudinii informațiilor din anunțuri, aparține în totalitate autorilor!

P.S. Pentru cei/cele care aleg să sune, rog ca limbajul şi modul de exprimare să fie unul caracterizat de respect şi bun simț. Îndemn să sune numai cei/cele care au gânduri şi planuri serioase în ceea ce priveşte începerea unei relații. De asemenea, dacă persoana contactată refuză să mai continue, respectați-i dorința, nu o/îl sâcâiți, sunând continuu!!!

„Respectă chiar și oamenii care nu merită.
Nu pentru a arăta caracterul lor,
ci pe al tău.”

RUGĂ DE MULȚUMIRE

Doar în taină m-am rugat
Și ruga mi-ai ascultat
Doamne, cum să-Ți mulțumesc
Pentru tot ce eu primesc

O clipă nu m-ai lăsat
Tu pe brațe m-ai purtat
Că e rău sau că e bine
Vreau să stau doar lângă Tine

Lângă Tine să petrec
Chiar dacă nu înțeleg
De ce trec prin tot ce trec
Eu Doamne Îți mulțumesc

Te laud și Te slăvesc
Căci de sunt în mâna Ta
Biruință voi avea.

Emilia Dinescu

„A-ți cere iertare:
NU înseamnă neapărat
că tu ai greșit,
iar celălalt a avut dreptate,
CI că prețuiești relația cu acel om
mai presus de orgoliul personal ”

ÎMPREUNĂ